

## Bevalling

**De bevalling** kan in principe plaatsvinden tussen 37 en 42 weken. Daarvoor of daarna is het een medische indicatie. De bevalling kan beginnen met weeën of het breken van de vliezen.

**Als de vliezen breken** en er zijn nog geen weeën, let dan op de tijd en kijk altijd goed naar de kleur van het vruchtwater. Als het groen, geel of bruin van kleur is, moet je altijd meteen bellen, ook 's nachts. Als de kleur helder is of roze met vlokjes erin probeer dan, als het avond of nacht is, te gaan slapen en bel ons de volgende ochtend rond 9.00 uur. Wij komen dan in de loop van de dag kijken en adviseren over het verdere verloop. In principe kan de baby tot 24 uur na het breken van de vliezen bij de verloskundige geboren worden. Soms verlies je ineens een golf vruchtwater, maar ook als je de hele dag door wat vocht verliest, kunnen de vliezen gebroken zijn.

**Als het hoofdje nog niet is ingedaald**, hebben wij je op de laatste controle het advies gegeven te gaan liggen als de vliezen breken. Je belt ons dan direct, zodat wij kunnen komen controleren of het hoofdje inmiddels is ingedaald.

**Als de weeën beginnen** is dit in het begin vaak nog erg onregelmatig. Soms houden de weeën na een tijdje plotseling weer op. Achteraf kan je dan zeggen dat het voorweeën of indalingsweeën waren.

Bij een eerste kindje komen wij, in geval van een bevalling in Origine, meestal eerst thuis kijken en spreken dan af wanneer we terugkomen of naar het ziekenhuis gaan.

De grootste kans dat de bevalling doorzet is als er één tot twee uur lang om de 4 minuten weeën zijn die een minuut lang duren.

Bedenk dat de bevalling van een eerste kindje een dag kan duren. Wanneer het een tweede of volgend kind betreft, kan het wat sneller gaan en zijn goede regelmatige weeën om de 5 minuten het moment om ons te bellen.

Een weinig **bloedverlies** rond de uiterekende datum of tijdens de ontsluiting is normaal en kan veroorzaakt worden door het opengaan van de baarmoedermond.

Wanneer het bloedverlies meer is dan tijdens een menstruatie, moet je altijd direct bellen.

**Het verliezen van de slijmprop** kan een tijd voor de bevalling plaatsvinden en daarbij kan roze of bruin bloedverlies vrijkomen. Je hoeft ons hierbij niet te waarschuwen.

**Bij ongerustheid** adviseren wij je altijd contact op te nemen.

### **Kortom wanneer bellen;**

- Bij een eerste kind, weeën die een minuut duren en minstens één uur lang om de 4 minuten komen.
- Bij een volgend kind regelmatige goede weeën om de 5 minuten.
- Bij vruchtwaterverlies, het hoofdje is goed ingedaald en de kleur is helder, overdag. Bij groen, geel of bruin vruchtwater meteen bellen, ook 's nachts.
- Bij ruim bloedverlies, ook 's nachts.
- Bij ongerustheid, ook 's nachts.
- Als je de baby minder voelt bewegen dan je gewend was, overdag.
- Als de baby geboren is ook altijd bellen bij koorts, ruim bloedverlies, ongerustheid of problemen met de baby

### **Nog een aantal tips;**

- Zet een tas met spullen voor jezelf en de baby klaar voor het geval je plotseling naar het ziekenhuis moet. Denk aan de fotocamera!
- Bel op tijd de kraamverzorgster als hierom gevraagd is door het kraambureau. In andere gevallen doen wij dat zelf.
- Een thuisbevalling kan **niet** op de 2de verdieping plaatsvinden. De trap naar de 1ste verdieping moet doorgankelijk zijn voor de brancard.
- Zorg dat het huis (nummer) goed te vinden is, met zonodig verlichting en/of plattegrond.
- Zet het kraampakket, twee emmers en één vuilniszak in de kamer waar je gaat bevallen en het bed moet verhoogd zijn.
- Vermeld tijdig als je vertikaal wilt bevallen (skippybal of een baarkruk).
- **Maak de kamer waar je bevalt warm zodra je goede weeën hebt en leg dan tevens een kruik in de wieg. Dit is van groot belang om te voorkomen dat de baby afkoelt. Dek wieg en kraambed op.**
- Hou altijd je mapje van de verloskundigen bij de hand en neem deze mee als je naar het ziekenhuis gaat.
- Het geboortecentrum Origine bevindt zich op de tweede verdieping van het Amphia ziekenhuis Langendijk. Er staan rolstoelen bij de hoofdingang, 1 euro muntstuk meenemen!
- Wij komen een aantal keer in het kraambed als de baby geboren is. Soms komt onze praktijkverpleegkundige. Als je de verloskundige zelf wil spreken kan je dit altijd aangeven.
- Mochten er tijdens de bevalling complicaties optreden zodat het medisch noodzakelijk is om de zorg voor u en de baby over te dragen aan de gynaecoloog, dan ligt de verantwoordelijkheid vanaf dat moment bij de gynaecoloog en zullen wij niet altijd meer aanwezig zijn bij de bevalling.

### **Welk nummer moet u bellen**

Ons praktijknummer; **076-5657177** Bij geen gehoor; **0900-1515**

Als je te lang moet wachten, bel dan het door de doktersdienst genoemde spoednummer.

**Mobiele nummers** die je krijgt van de doktersdienst zijn **alleen voor die dag** bruikbaar.

*Belangrijke telefoonnummers voor jezelf om te onthouden:*

.....

**Wij wensen jullie alvast veel succes en een mooie tijd toe!**

**Hethy, Wendy, Durvina, Marjolein en Marloes.**